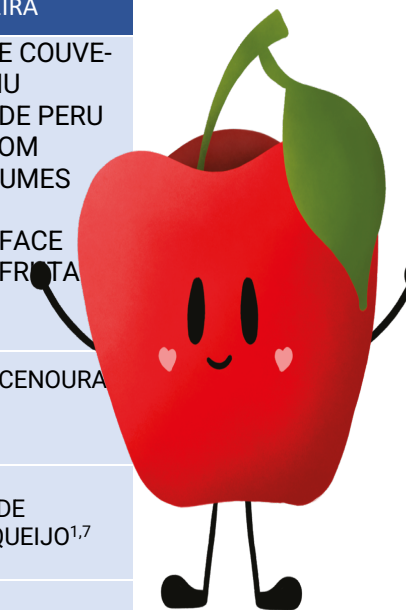




05 A 09 AGOSTO | 3 - 5 ANOS

2023/2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO	<b>SOPA:</b> CREME DE LEGUMES <b>PRATO:</b> MASSA À CAMPONESA COM CARNES BRANCAS <sup>1,3</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> (REPOLHO) <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>SOPA:</b> SOPA DE ALHO-FRANCÊS E CENOURA <b>PRATO:</b> MEDALHÕES DE PESCADA NO FORNO COM BATATA ASSADA <sup>4</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> SALADA DE TOMATE <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>SOPA:</b> CREME DE GRÃO-DE-BICO E TRONCHUDA <b>PRATO:</b> FRANGO COM MASSINHAS E CENOURA E ERVILHAS <sup>1,3</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> BRÓCOLOS <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>SOPA:</b> CREME DE BRÓCOLOS E ABÓBORA <b>PRATO:</b> ARROZ DE DOURADA MALANDRINHO COM TOMATE E PIMENTO <sup>4</sup> <b>HORTÍCOLAS:</b> COUVE DE BRUXELAS <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA	<b>SOPA:</b> SOPA DE COUVE-FLOR E CHUCHU <b>PRATO:</b> BIFES DE PERU GRELHADOS COM ARROZ DE LEGUMES <b>HORTÍCOLAS:</b> SALADA DE ALFACE <b>SOBREMESA:</b> FRUTA DA ÉPOCA
LANCHE DA MANHÃ	PÃO DE MISTURA E BANANA <sup>1</sup>	TOSTINHA/PÃO COM QUEIJO TRIÂNGULO E MAÇÃ <sup>1,6,7,11,12</sup>	IOGURTE NATURAL COM FLOCOS/FARINHA DE AVEIA <sup>1,6,7,11</sup>	TOMATE CHERRY/PEPINO BIOLÓGICOS E FATIA DE QUEIJO <sup>7</sup>	PALITINHOS DE CENOURA E BOLACHA DE AVEIA <sup>1,3,5,7,8,11,12</sup>
LANCHE DA TARDE	LEITE MG SIMPLES E BOLACHA MARIA <sup>1,3,5,6,7,8,11,12</sup>	IOGURTE NATURAL E PÃO DE MISTURA COM MARMELADA CASEIRA/MANTEIGA <sup>1,7</sup>	FRUTA E PÃO DE MISTURA COM OVO COZIDO <sup>1,3</sup>	IOGURTE NATURAL E PÃO DE MISTURA COM FIAMBRE DE AVES <sup>1,6,7,12</sup> /MANTEIGA <sup>1,7</sup>	BANANA E PÃO DE MISTURA COM QUEIJO <sup>1,7</sup>
MERENDA DA TARDE	OVO COZIDO E PÃO DE MISTURA <sup>1,3</sup>	TOSTA/PÃO DE MISTURA E MAÇÃ <sup>1,6,7,11,12</sup>	IOGURTE NATURAL COM FRUTA FRESCA <sup>7</sup>	FRUTA FRESCA COM FLOCOS/FARINHA DE AVEIA <sup>1,6,11</sup>	IOGURTE NATURAL COM CEREAIS DE MILHO <sup>1,8</sup>



## NOTAS

**A EMENTA PODERÁ SER ALTERADA POR MOTIVOS IMPREVISTOS.**

**A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:**

1. Glúten; 2. Crustáceos/Marisco; 3. Ovos; 4. Peixe e produtos à base de peixe; 5. Amendoins; 6. Soja; 7. Leite/Lactose; 8. Frutos de Casca Rija; 9. Aipo; 10. Mostarda; 11. Sementes de sésamo; 12. Dióxido de Enxofre e Sulfitos; 13. Tremoços; 14. Moluscos  
(Decreto-Lei n.º 26/2016 de 9 de junho e Anexo II do Regulamento (UE) n.º 1169/2011 de 25 de outubro)



### O que é uma reação anafilática?

A anafilaxia é uma reação que pode ocorrer em muitos dos indivíduos com alergia alimentar, podendo ser fatal se não for tratada convenientemente.

Trata-se de uma manifestação muito grave, com múltiplos sinais e sintomas, onde se incluem os cardiovasculares. As alergias que mais comumente se associam à anafilaxia são ao leite de vaca, ovo, peixe, amendoim e frutos de casca rija e marisco.